

## SESIÓN UNO REVISIÓN

### Nuevas habilidades para pensar

- El poder de las distinciones en el lenguaje
- El poder de los paradigmas (círculo vicioso) y maneras de trascenderlos
- Distinguir “Lo que es” o lo que sucedió de nuestras interpretaciones
- El Círculo Vicioso de evento, interpretación del evento, generalización a un evento similar en el futuro, reforzar la interpretación– que lleva a que la vida “es” de alguna forma “porque” y vivir en una “historia” basada en el pasado
- Ser-Hacer-Tener (la fuente de la acción)
- Pensar “más allá de un marco cerrado”, crear la posibilidad para los avances

### Nuevos mapas cognitivos para analizar la realidad

Mapa Integral/de desarrollo

- 4 perspectivas/una realidad,
- 5 niveles de desarrollo

### Nuevas habilidades en la auto-conciencia y auto-control (para desarrollar la Inteligencia Emocional)

- la escucha y filtros automáticos de la atención
- escuchar la escucha
- escucha pro-activa
- queja al compromiso
- culpa a la responsabilidad personal
- reconocimiento y agradecimiento
- completar/terminar –

### Nuevas habilidades para manejar las conversaciones para facilitar el logro

Desde los Antecedentes de las relaciones hasta la finalización y el reconocimiento

### Iniciativas de Avances Creadas para

- a) practicar todo lo anterior
- b) que surja la diferencia en el funcionamiento de nuestro MCP.